

中央公民館だより

そうぞうながと



発行 | 長門市中央公民館運営協議会 広報担当

TEL | 0837-23-1181 FAX | 0837-22-3648

中央公民館広報紙

No.172



湯本 大寧寺の紅葉（霜月）



初冬の
小春日和を満喫

第1回 深川友愛学級 開催 「今日からできるお塩マイナス1g」

11月17日(水)、中央公民館の高齢者学級である深川友愛学級の令和3年度開講式及び第1回目を開催しました。

今回は、山口県栄養士会北浦地域事業推進委員の白木志乃さんらを招き「今日からできるお塩マイナス1g」をテーマとして、普段の食生活における減塩について学びました。

講座では、塩分の摂り過ぎによる健康リスクをはじめ、塩分チェックシートを活用した自身の塩分摂取量の確認、食料品に含まれる塩分量についての説明がありました。

また、栄養士会が用意した減塩料理のレシピが配られ、参加者がすぐに取り組める内容となっていました。

引き続き、減塩や要介護のリスク(フレイル)を予防するために考えられたお弁当を食しながら、その料理について詳しい説明を受けました。



深川中学校でさつまいもを収穫 わくわく土曜塾

10月23日(土)、わくわく土曜塾で深川中学校の畑を訪れ、5月の活動で同所に苗を植えていたさつまいもを収穫しました。450本の苗を植えていたため、一緒に苗植えをした深川中学校FOT(お助け隊)、生徒・職員・PTA有志、JA職員その他、田屋地区サロンの皆さんにも参加していただきました。

6つの班に分かれて、協力してさつまいもを掘りました。芋掘りを通じて、小学生・中学生・塾生から見て親世代・祖父母世代の皆さんとの交流の機会にもなりました。掘ったさつまいもは各自持ち帰りました。



親子で花尾山へ登山 わくわく土曜塾

11月20日(土)、わくわく土曜塾で渋木地区にある花尾山に親子で登りました。わくわく土曜塾では毎年恒例の登山で、塾生からの人気もある活動です。クラブネット大畑の皆さんに引率にご協力いただきました。

市ノ尾公会堂を出発し、山道を歩いて頂上まで上がりました。花尾山の山道は舗装されておらず、特に頂上の手前は急な斜面を登らなくてはならないため大変でしたが、無事に辿り着きました。山頂では昼食を食べてゆっくり体力を回復...と思いきや、塾生たちは鬼ごっこをしたり、スキを集めたり、元気いっぱいでした。帰りも急斜面を下りるので大変でしたが、それぞれ休憩を取りながら無事に全員下山しました。



深川幼稚園園児が ハロウィン行進で来館

10月29日(金)、深川幼稚園の園児がハロウィン行進を行いました。この日は年長の園児が市役所と深川養鶏を訪問。年中・年少の園児はJA、河田果物店を訪れた後、中央公民館へ来館しました。

園児は幼稚園で作った魔女やお化け等の仮装に身を包み、「トリックオアトリート、お菓子をくれないと、いたずらしちゃうよー」とハロウィンの台詞を言いました。公民館職員からお菓子を受け取った後は、公民館の玄関前でお礼に「ハロウィンはおおさわぎ」の曲に合わせたダンスを披露しました。



ハロウィンは、ヨーロッパで始まりアメリカで主流となった秋の収穫のお祝いと悪霊を追いつく行事です



長明塾「岡藤明史氏講演」 開催のご案内

中央公民館主催事業の長明塾で、ホテル楊貴館の取締役でありNPO法人つなぐの代表である岡藤明史氏が「ポストコロナを生き抜く地域共創の形」と題し講演します。

誰でも参加可能な講演会です。
参加料は無料です。是非ご参加ください。
お申し込みは左記の中央公民館まで。

第1回 長明塾
ポストコロナを生き抜く
地域共創の形
変えること、変えないこと、四代目の挑戦

2021年
12月8日(水)

ホテル楊貴館 取締役・NPO法人つなぐ 代表
岡藤明史氏 講演

日時 12月8日(水)
18時30分開演

場所 中央公民館大講堂
※参加無料

申込 中央公民館

電話 23-1181

池坊サークル 長門フローラル会 会員募集中!

「美しい花はより美しく生かす」を心に、お花と向き合います。
仕事後のひとときは、仲間との楽しい時間です。お花の好きな方は是非一緒に活動しませんか?

詳しいお問い合わせは長門市中央公民館まで(☎ 23-1181)

見学も大歓迎です☆

活動日時 第1・第3水曜日
16:30~18:00
場所 公民館1階 会議室2

地域協育ネット 地域と学校が連携

【11月】

11月は7コマの活動でした。

【向陽小】では、クラブ活動の時間に、市スポーツ推進員によるニュースポーツや藤井鈴枝さんによるクッション作り、小西千鶴子さんによる絵画指導、上田穰さんによる茶道が実施されました。

【深川小】では、4年生社会で文化財専門員の



クラブ活動(茶道:向陽小)
指導:上田 穰さん

上田穰さんの指導で「台地に水を引く岩穴鬼右衛門について」やクラブ活動では、大前風花さんによる折り紙指導やキルトサークルゆうさんらによる裁縫指導が実施されました。子どもたちにとって充実した学びの時間になりました。



日本文化クラブ(折り紙:深川小)
指導:大前風花さん(地域おこし協力隊)



クラブ活動(絵画:向陽小)
指導:小西千鶴子さん

伝えたい「ふるさと深川」シリーズ 128 大谷本浴川砂防堰堤

令和三年八月三十一日、長門市役所農林水産課高橋靖人班長の案内で湯本・深川地区のため池調査後、真木地区の砂防堰堤（さぼうえんてい）「大谷本浴川砂防堰堤」の現場を見学。

詳細は、砂防堰堤を管理している山口県長門土木建築事務所福田補佐に聴く。

深川地区には、砂防堰堤は二十五箇所あり、大谷本浴川砂防堰堤だけ、ため池と連動している。砂防堰堤の役割は、土石流を防ぐため設置。建設年：平成五年完成 場所：深木・真木地区

名称：大谷本浴川砂防堰堤 高さ：十五・五メートル 材質：コンクリート 堤長：五十七・七メートル 体積：六三〇〇㎡

大谷本浴川砂防堰堤は、山の中腹にあり、突然滝を思わせる水が落下している風景に驚く。しかも砂防公園も設置。危険な為嚴重な金網があり、別世界の感がする。

令和二年七月一日現在のため池数は、長門市一二三九個、旧長門市内一二二個（深川地区六九個）、三隅二二個、日置二六一個、油谷八四四個である。

※砂防堰堤（さぼうえんてい）とは、山の斜面や川底・河岸などから流失する土砂を貯めて川の流れや川の浸食等をコントロールする施設。

長門郷土文化研究会 顧問 藤井文則



大谷本浴川砂防堰堤



砂防堰堤

わが家の宝子



おとした まな 真奈さん（5歳）
おとした ねね 寧々さん（3歳）

お絵描きが大好きです。
画具など競ってけんかもありますが
気づくとまた一緒に遊んでいます。
これからも元気で仲良くな。

今月のうた

山茶花クラブ

追伸とスマホに届く虫時雨

柘榴笑むサンゴ色した実を宿し

冬近し街の装ひセピア色

長門短歌会

光さすピアノに向かい連弾す

妹二人を眩しく見ていた

折り紙を繰り返し折るそれだけで

脳内ホルモン幸せ色に

霜月の海辺に落鱈狙いたる

今日もボウズの老いの釣竿

鹿嶋

誠

山下

映子

原田

満江

山下

映子

貝塚

久子

吉村

佳子

深川地区の人口

世帯数	6,000	(-19)
男性	5,825	(±0)
女性	6,708	(-25)
計	12,533	(-25)

(R3年11月1日現在)

中央公民館 12月の行事予定

4日(土)	キッズエクササイズ(3B 体操)
4日(土)	子どもクラブ
8日(水)	第1回 長明塾
8日(水)	親子でJミックス
11日(土)	わくわく土曜塾 (クリスマス会&修了式)
18日(土)	キッズエクササイズ(3B 体操)
19日(日)	深川地区 ふれあいスポーツ駅伝大会
22日(水)	親子でJミックス

編集後記

▼「久しぶりじゃねえ。あんたあ元氣しとったかいねえ!」「病院以外で会うの最近じゃ初めてやね!」「11か月振りの友愛学級での一コマ。知り合いの久々の再会に顔がほころぶ。▼氣がつけば師走。コロナは全国的に落ち着いてきたものの、翻弄され続けた1年だった。▼先日、花壇の植え替えを終えた。冬から春にかけて元氣に咲くパンジーとビオラたちにバトンタッチだ。